



Gemeinnütziger Verein für selbstverantwortliche, aktive Gesundheitsvorsorge

Registriert: Amtsgericht Mainz, VR 1735
Vorsitzende: Brigitte Schupp, Tel.: 06701/2916, Mail: brigitte.schupp@arcor.de
Geschäftsstelle: Mittlere Bleiche 59, 55116 Mainz, Tel.: 06131/22 69 22
Sprechzeiten: freitags 14.45 - 16.15 Uhr und nach Vereinbarung
E-Mail: info@kneipp-verein-mainz.de
Internet: <http://www.kneippbund-rheinland-pfalz.de/Mainz2.htm>
Bankverbindung: IBAN: DE16551900000036983013, BIC: MVBMDE55

Kneipp-Kurier

Ausgabe 3/2019: Juli – August – September 2019

„Gute Vorsätze sind nutzlose Versuche, in wissenschaftliche Gesetze einzugreifen.
Ihr Ursprung ist pure Eitelkeit. Ihr Resultat ist gleich Null“

Oscar Wilde

Vereinsnachrichten

**Einladung zu unserem diesjährigen Sommerfest
am Samstag, dem 20. Juli 2019 ab 12:00 Uhr,
beim „Gartenverein Goldgrube“
Landwehrweg,
zu erreichen mit den **Straßenbahn-Linien Nr. 50, 52, 53**
bis Haltestelle **Pariser Tor****

Wir freuen uns schon jetzt auf einige unterhaltsame Stunden mit Ihnen. Für das leibliche Wohl (Mittagstisch von 12.00 bis 14.00 Uhr, danach Kaffee und Kuchen) ist gesorgt.
Eine rege Teilnahme am Sommerfest wünschen sich Vorstand und Beirat.

Hier bitte abtrennen und bitte bis spätestens 10. Juli 2019 in der Geschäftsstelle einwerfen oder per Post senden!

Ich.....
Vor- und Zuname

nehme am Sommerfest teil und bringePerson/en mit.

Ich spende:

Bitte Anzahl der Portionen eintragen:Fleischwurst
.....Rindswurst

..... Kuchen und/oder
..... Salat

Unterschrift:

Mitgliederversammlung vom 14.06.2019

Leider waren bei unserer diesjährigen Versammlung nur 15 Mitglieder anwesend. Hoffentlich deutet dies nicht auf ein abnehmendes Interesse am Vereinsgeschehen hin.

Als Gast konnten wir den Vorsitzenden des Kneipp-Landesverbandes RLP, Herrn Manfred Tönnies, begrüßen.

Nachfolgend eine Übersicht über die wichtigsten Themen:

- Aus organisatorischen Gründen war es notwendig, neue Örtlichkeiten für die Sportkurse zu finden. Demzufolge findet Yoga seit dem 4. Quartal 2018 im Frauenlob-Gymnasium statt. Seit dem 2. Quartal 2019 werden die Kurse „Stuhlgymnastik“ sowie „Fit von Kopf bis Fuß“ in der Goetheschule durchgeführt, weil der Raum im Wolfgang-Capito-Haus nicht mehr zur Verfügung steht. Für die beiden Kurse in der Goethe-Schule steht uns leider nach den Sommerferien keine Übungsleiterin mehr zur Verfügung. Ersatz wird noch gesucht. Weitere Einzelheiten siehe Sportprogramm.
- Unser Wanderführer, Herr Manfred Scheurer, musste leider aus gesundheitlichen Gründen sein Wanderangebot reduzieren. Wir hoffen, dass es ihm bald wieder besser geht. Schlimmstenfalls müssten wir auch hier geeigneten Ersatz finden.
- Die Gesundheitsfahrt nach Bad Wörishofen findet mit insgesamt 33 Teilnehmer*innen statt. Reisebetreuer ist auch in diesem Jahr Herr Manfred Scheurer.
- Der seit Januar d. J. angebotene Stammtisch im Weinhaus „Droschkenstube“ wurde bisher nicht so gut angenommen. Der Vorstand wird die Angelegenheit noch einmal überdenken und nach einer anderen Lokalität, evtl. in der Mainzer Altstadt, suchen.
- Das Kneipp-Becken am Mombacher Schwimmbad kann seit dem vergangenen Jahr nicht mehr genutzt werden, weil sich aus dem Kreis der Mitglieder niemand findet, eine ordnungsgemäße Unterhaltung der Anlage sicherzustellen. Der Vorstand hat den Auftrag erhalten, geeignete Maßnahmen mit dem Sportamt der Stadt Mainz abzuklären.
- Nach den Berichten der Vorsitzenden, der Schatzmeisterin und den Kassenprüferinnen wurde dem Vorstand Entlastung erteilt.
- Lt. Mitgliederstatistik hat der Verein derzeit 144 Mitglieder.
- In seinem Referat über das Kneipp-Jahr 2021 stellte Herr Tönnies einige der vom Landesverband und vom Kneippbund geplanten Aktivitäten vor. Einzelheiten hierzu werden den Kneipp-Vereinen fortlaufend zur Verfügung gestellt, damit diese eigene Aktivitäten für das Kneipp-Jahr 2021 rechtzeitig planen können. Hierbei können die Vereine mit der Unterstützung des Kneippbundes und des Kneipp-Landesverbandes RLP rechnen.

Darüber hinaus sagte Herr Tönnies dem Kneipp-Verein Mainz seine Unterstützung bei der Bewältigung organisatorischer Probleme zu, soweit dies in seinen Möglichkeiten liegt.

Hierfür bedankt sich der Verein bereits an dieser Stelle recht herzlich und freut sich auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit.

Als neues Mitglied begrüßen wir recht herzlich Frau Ellen Wilhelm.

Der Kneipp-Verein sucht dringend Kurierverteiler.

Wer von den Mitgliedern erklärt sich bereit, einmal im Quartal, gebietsbezogen, Kuriere zu verteilen? Bitte bei der Geschäftsstelle melden!

WANDERN

Treffpunkt für alle Wanderungen ist der Mainzer Hauptbahnhof, Haupteingang.

Der Kostenbeitrag für Gastwanderer beträgt **4,00 €**.

! Änderungen vorbehalten !

Wanderführer*in

Frau Gerlinde Tomaschewski Tel.: 0611 / 24048046

Herr Günther Kutsch

Herr Manfred Scheurer Tel.: 0611 / 462689

Herr Michael Hentschel Tel.: 06131 / 4987731

Seniorenwandern sonntags:

07.07.19	10:00 Uhr	RB 10:13 Uhr	Eiserne Hand - Platte (Einkehr Jagdschloss)	Fr. Tomaschewski
14.07.19	10:00 Uhr		Wanderziel wird am Hbf. bekanntgegeben.	Hr. Kutsch
21.07.19	10:00 Uhr	RB 75/L 33	Walkmühltal, Einkehr Äppelwoi-Schmidt	Fr. Tomaschewski
28.07.19	10:15 Uhr	S8: 10:27 Uhr	Erbsenacker-Naurod, Zum w. Ross (ca. 4,5 km)	Hr. Scheurer
04.08.19	09:45 Uhr	S8: 09:57 Uhr	Einkehr: Hockenberger Mühle	Fr. Tomaschewski
11.08.19	10:00 Uhr		Wanderziel wird am Hbf. bekanntgegeben.	Hr. Kutsch
18.08.19	10:00 Uhr	RB 10:13 Uhr	Walluf - Schiersteiner Hafen (Arche Noah)	Fr. Tomaschewski
25.08.19	10:00 Uhr	RB 10:13 Uhr	Igstadt - Hockenberger Mühle (ca. 4,5 km)	Hr. Scheurer
01.09.19	10:00 Uhr	SB 51/52/53	Wanderung zum Appel-Happel (Jedermann)	Fr. Tomaschewski
08.09.19	10:00 Uhr		Wanderziel wird am Hbf. bekanntgegeben.	Hr. Kutsch
15.09.19	10:00 Uhr	RB 10:13Uhr	Schierstein - Frauenstein (Nürnberger Hof)	Fr. Tomaschewski
22.09.19	10:00 Uhr		Wanderziel wird am Hbf. bekanntgegeben.	Hr. Kutsch
29.09.19	10:15 Uhr	SB 10.23 Uhr	Hechtsh. - Laubenh., Mainzer Hof (ca. 4 km)	Hr. Scheurer

Wandergruppe sonntags: Herr Scheurer

07.07.19	10:00 Uhr	10:27 Uhr / S 8	Nerotai - Fasanerie, ca. 11 km
04.08.19	09:45 Uhr	10:13 Uhr / RE	Wachenheim - Deidesheim, ca. 12 km
18.08.19	09:30 Uhr	09:56 Uhr / RE	Altenbamburg - Bad-Münster am Stein, ca 11 km
01.09.19	09:45 Uhr	10:13 Uhr / RB	Stephanshausen - Oestrich-Winkel, ca. 12 km
15.09.19	09:40 Uhr	10:10 Uhr / RE	Mühlheimer Seen, ca. 13 km

Wandergruppe samstags / sonntags: Herr Hentschel

13.07.19 Samstag	10:00 Uhr	Platte – Eiserne Hand (Einkehr) – Kesselbachtal – Wiesbaden rd. 14 km, Hm 250	
28.07.19	10:00 Uhr	Mz-Mombach - Heidesheim, entlang des Rheins, Einkehr: Heidenfahrt, rd. 14 km	
10.08.19 Samstag	10:00 Uhr	Wiesbaden - Frauenstein rd. um Frauenstein – Schierstein (Einkehr) 200 Hm	
25.08.19	09:45 Uhr	Ebersheim - Laubenheimer Höhe - Steinbruch, Einkehr: Rhoischnooke, rd. 12 km	
22.09.19		Zeitpunkt und Wanderstrecke werden noch in der Tages-Presse bekanntgegeben!!	
29.09.19	10:00 Uhr	Wiesbaden, Kesselbachtal Rundweg, Einkehr: Äppelwoi-Schmidt, ca. 11 km	

Sportprogramm

Aus organisatorischen Gründen bitten wir, die Kursgebühr jeweils rechtzeitig vor Beginn zu bezahlen und den Beleg der Übungsleiterin vorzulegen! Bitte vermerken Sie auf dem Überweisungsschein die Kursnummer und ob Sie Mitglied oder Gast sind. Die Kursgebühren sind grundsätzlich in voller Höhe zu entrichten, unabhängig von der Inanspruchnahme! Bei nicht die Kosten deckender Teilnehmerzahl finden die Kurse nicht statt. Bereits überwiesene Kursgebühren werden in diesem Fall zurückerstattet.

Kurs Nr.	Kursangebote Tag/Uhrzeit	Veranstaltungsort	Leitung	Kursgebühr € Mitglied / Gast
1	montags Seniorengymnastik und Entspannung auf dem Stuhl 15:00 – 15:45 Uhr	Soziale Stadt Mainz-Neustadt, Scheffelstr. 2, Quartierraum Nr. 2 (0x)	Dringend Übungsleiter*in gesucht !!!	/ s. Bericht unten
2	montags Gymnastik „fit von Kopf bis Fuß“ 16:00 – 17:00 Uhr	Turnhalle der Goethe-Schule, Mainz-Neustadt, Leibnizstraße 67 (0x)	Dringend Übungsleiter*in gesucht !!!	/ s. Bericht unten
3	dienstags Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule 17:00-18:00 Uhr	Frauenlob-Gymnasium Mainz, Adam-Karrillon-Str. 35 13.08.-24.09.2019 (6x)	Hedi Merzenich Tel.: 9 08 80 87	18,00 / 30,00
4	dienstags Y o g a 18:00 – 19:30 Uhr	Frauenlob-Gymnasium Adam-Karrillon-Str. 35 13.08.-24.09.2019 (6x)	Agnes Vinken Tel.: 0157/30739907 und 06131-226694	30,00 / 48,00
5	donnerstags Gymnastik für Jedermann 19:00-20:00 Uhr	Goetheschule Mainz Scheffelstraße 2	Hildegard Roth Helga Schneider	s. Bericht unten

Leider ist es unserer Übungsleiterin der Kurse 1 und 2, Frau Kehrein, aus zeitlichen Gründen, montags von 15.00 bis 17.00 Uhr, nicht mehr möglich, diese Kurse zu leiten. Hiermit bedanken wir uns bei Frau Kehrein recht herzlich für ihre gute geleistete Arbeit und wünschen ihr weiterhin viel Erfolg.

Bis auf weiteres bieten wir den Mitgliedern und Gästen der vorübergehend ausfallenden Kurse Nr. 1 und 2 an, auf die auch sehr gut geführten Kurse Nr. 3 und 4 des o. g. Sportprogramms auszuweichen.

Durch die Erkrankung von Frau Roth muss das Konzept für den Kurs Nr. 5 unter Beibehaltung der Kurszeiten neu überdacht werden. Hierzu bitten wir alle Mitglieder und interessierten Gäste uns ihre Vorstellungen mitzuteilen. Evtl. ergeben sich hierzu auch völlig neue Anregungen über das bisherige Sportprogramm hinaus an.

Der Kneipp-Verein Wiesbaden hat ebenfalls ein umfangreiches Aktivitätenangebot, das auch von den Mitgliedern unseres Vereines zu den gleichen Konditionen wie den Mitgliedern aus Wiesbaden zur Verfügung steht. Die Mitglieder des Kneipp-Vereines Wiesbaden würden sich über eine Beteiligung an deren Veranstaltungen freuen (s.: www.kneipp-wiesbaden.de).